

Күні: Сынып: 5 Сабақ 3-4		Қатысқандар саны: Қатыспағандар саны:	
Сабақтың тақырыбы		Интернетпен жұмыс жасау барысында қандай қауіп бар	
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)		5.4.2.1- біреудің жұмысын көшіріп алудың заңсыздығын талқылау	
Сабақтың мақсаттары		<b>Барлығы:</b> Компьютердің, ғаламтордың бала денсаулығына тигізетін әсерлерін зерттейді, айтып жеткізеді <b>Көбі:</b> Жұмыс орнын дұрыс әзірлеуді үйренеді. Ғаламтордың зиянынан сақтандыру шараларын айқындайды <b>Кейбірі:</b> Анық және толық сөйлеу арқылы, мәселені түсінгенін көрсетеді.	
Бағалау критерийі		Интернет» ұғымы туралы білім алады; Интернет түсінігімен, интернеттен ақпарат алу, браузер түрлері, электрондық почта, қызметі, домендік атаулармен, интернетте қауіпсіз жұмыс жасау керектігімен танысады, білімдері қалыптасады	
Тілдік құзіреттілік	Отбасы мүшелері	Тілдік құзіреттілік	Отбасы мүшелері.
Құндылықтарды дарыту		Оқушыларды бір-біріне деген құрмет көрсетуіне тәрбиелеу.	
Пәнаралық байланыс		Өнер, ана тілі сабағы	
АКТ қолдану дағдылары		Аудиожазба , таныстырылым.	
Сабақ барысы			
Сабақтың жоспарланған кезеңдері	Сабақтағы жоспарланған іс-әрекет		Ресурстар
Сабақтың басы 5 минут	Психологиялық ахуал қалыптастыру: «Аялы алақан» Мақсаты: жылылық, сенімділік деңгейін, еркіндікті дамыту. Нұсқаулық: қатысушылар шеңбер болып отырады. «Бүгінгі сабақтан не алғыңыз, не көргіңіз келеді?» — сұрағын оқушыларға қойып, сұрақтарға жауап алу. Бастапқы қатысушы жанындағы көршісінің қолын ұстайды. Тренинг шеңбер бойымен жалғасады. (Тренинг соңында қатысушылар дөңгеленіп қолдарын ұстайды)		Жаттығулар көрсетілімі немесе видео материалдар.
Сабақтың ортасы 8 минут  1 минут  5 минут	Жаңа сабақты түсіндіру Біздің тәуелсіз ел болғанымызға 20 жылдай уақыт . Әрине бұл көп емес. Бүгінгі таңда еліміздің орта және жоғары оқу орындарында сабақ үрдісіне жаңа ақпараттық технологияны пайдалану міндетке айналып отыр. Қазіргі біздің өмір сүріп жатқан кезіміздің ақпараттандыру заманы деп айтуға болатының екенің бәрі біледі. Компьютерсіз осы кезде бірде-бір жұмыс орындалмайтын сияқты. Біздер технологияның өсуімен жетістіктеріне ат салысып күресудеміз. Әрбір ел болсын, өзінің ақпараттандырырылған жақтарынан мақтан ұстап, әлемге жар		Сергіту сәті Сұрақ парақшалар ы.

<p><b>3 минут</b> <b>16 минут</b></p>	<p>салуда.</p> <p>Бұлардың барлығы дерлік үлкен жетістіктер. Бірақ, біз адам балалары өзіміздің денсаулығымызды естен шығарған сияқтымыз. Өзімнің сыныптастарымды және мектеп оқушыларын бақлай отырып, оларды компьютерді пайдалану ережелерін сақтай бермейтіндігіне көзім жетті. Информатика сабағында мұғалім компьютерде жұмыс істеу ережелерін сақтауды талап етіп отырғанымен, ал үй жағдайында ешқандай ережелер сақталмайды. Сонымен қатар, қазіргі таңда интернет әлемдік қауымдастықтың негізгі ақпараттық-коммуникациялық құралына айналып отыр. Бұл тұрғыда қарапайым халықтың күнделікті өмірдегі байланысқа деген қажеттілігі туралы айтпасақ та болады. Дегенмен де интернеттің жақсылықтарымен бірге келеңсіз жақтары да барын естен шығармағанымыз жөн. Интернетке қосылу үшін әрине бізге компьютер керек. Ал, әр күнін компьютер алдында өткізу денсаулыққа зиян екенін білесіздер ме? Ол адам ағзасына қауіп төндірумен қатар, сананы улаумен шектесетіні белгілі. Компьютер алдында ұзақ отырса адамның көзі, жотасы ауырады және қимыл-қозғалысына, адам психологиясына да әсер етеді.</p> <p>Сезімдік, нерв жүйесі ауруларына шалдығады. Интернетке жүгініп, үйреніп кеткен бала, яғни интернет арқылы хат алысып, сөйлесу-баланың айналасындағы адамдармен бетпе-бет сөйлесуіне де әсер етеді, сөйлеу мәдениетінен айырылады. Компьютерден бөлінетін ультра-күлгін сәулесі көзге кері әсер етеді. Ал одан сорақысы- ұлттық, адами қасиеттерге нұқсан келтіретін материалдардың интернет бетінен орын алуы. Қазірде шығарма, эссе жаза алмайтын оқушылар бар. Сондықтанда мен компьютерді дұрыс пайдаланбау зиян әкелетінін айтуды жөн көрдім.</p> <p><b>Ғаламтор және бала денсаулығы</b></p> <p>Халықаралық денсаулық сақтау ұйымының дәлелдеуінше, бүкіләлемдік ғаламтор желісі жеткіншектерге физикалық, психологиялық жағынан айрықша зиянды. Ең алдымен, баланың көру қабілеті төмендейді, себебі, бұлшық еттері қатаймаған жасөспірімнің көздері шаршайды. Сондай-ақ, компьютер алдында көп отыру жас балдырғанның омыртқа сүйегін зақымдайды. Қозғалыссыз отыру, қолмен ғана бірыңғай жұмыс істеу, содан ағзаға салмақ түсуі баланың жүйке қызметін бұзып, мойнына тұз бен суықтың жиналуына (остеохондроз) әсер етеді. Және де жамбас сүйектің үнемі қозғалыссыз қалуы қабынуы (простатит) мен тоқ ішектегі тамырдың кеңеюі (геморрой) ауруына ұшыратады.</p>	<p><b>Оқулық,</b> <b>дәптерлер.</b></p> <p><b>Ойын</b> <b>ойнайық.</b></p>
---	--	--

Британдық биологтар арнайы зерттеу жүргізе келіп, мынандай қорытынды жасап отыр: «Әлеуметтік желілерде үнемі отыру ми қызметіне де кері әсер етеді, гормональдық тепе-теңдікті бұзады, иммунитетті нашарлатады, мұның бәрі адамның жүйкесі мен ой-санасына белгілі бір мөлшерде ауыртпалық түсіреді». Өздеріңізге белгілі, жүйкеге салмақ түсуі дегеніңіз - ойлау қабілетінің төмендеуі, көңіл бөлу мен есте сақтаудың кемуі, бас ауруы мен ұйқысыздық, көңіл күйдің құлазуы. Ғаламтор жеткіншектер үшін реферат, музыка мен фильмдер, суреттер, ойындар көшіріп алу, бір-бірімен хат жазысу үшін қажет. Олар өздерін мазалаған сұраққа да ғаламтордан жауап іздейді. Алайда ғаламтордың қаупі де аз емес. Мысалы, ресейлік ғалымдардың айтуынша, бүкіләлемдік шырмауық-торда экстремистік және террористік сипаты бар, қырықтан астам сайт жұмыс істеп тұр. Ал оның жастарымыздың ой-санасы мен дүниетанымын теріс жолға бағыттап, оларды қылмысқа азғыратыны мәлім. Жазғы демалыста жеткіншектердің ғаламторды пайдалануын зерттегендер айтады: «Биыл жасөспірімдердің 4 пайызы жыныстық қатынасты көрсететін әлемдік желілерді көрген, 14,5 пайызы беймәлім адамдармен кездесуге келіскен, 19 пайызы парносайттарға енген, 38 пайызы зорлық-зомбылық туралы ақпараттарды тамашалаған, 16 пайызы нәсілшілдік мазмұндағы сайттарға кірген» - деп [6]. Мінеки, қазіргі таңда көптеген жеткіншектердің өзіне-өзінің қол жұмсауының бір сыры осында жатқан тәрізді. Жеткіншіктер үшін ғаламтордың бір зиянды жағы: мұнда әр түрлі құмар ойындары, зиянды бағдарламалар көп. Алаяқтар мен хакерлер жастарды ғаламторға тәуелді етіп, бұлыңғыр қарым-қатынас, жыныстық байланыс жасауға шақырып, виртуальды әлемге қызықтырып, ақыл-ойы әлі қалыптаспаған ұл-қыздарымызды еліктіріп, есінен айырады. Әрине, қазіргідей техникалық-ғылыми прогресс дамыған заманда компьютердің, ғаламтордың дұрыс пайдалана білген адамға пайдасы зор. Ол талас туғызбайтын ақиқат. Тек оған біздің көптеген жастарымыздың таным-түсінігі жетпей жататыны болмаса...

#### **Ғаламтордың зиянынан сақтандыру**

Жастарды ғаламтордың зиянынан сақтандыру үшін кез келген ата-ана баласына оны пайдаланудың шарттарын айтып түсіндіруге,

ондағы ақпараттардың үнемі шындыққа жанаспайтынын, оған сын көзімен қарау қажеттігін, ол ақпараттарды кітаптағы, энциклопедиядағы ресми газет-журналдардағы ақпараттармен салыстырып, қабылдау керектігін ескертуге тиіс. Және де ғаламтордағы зорлық-зомбылыққа, қылмысқа, жыныстық бұзылуға тәрбиелейтін бағдарламалардан, діншілдік, нәсілшілдік туралы ақпараттардан сақтандыру – ата-аналар мен ұстаздардың да негізгі міндеттерінің бірі. Осы орайда есте болатын бір жағдай, он жасқа дейінгі балалар ата-анасы рұхсат берген сайттарға ғана енуге тиіс. Бұл ақпараттық технологиялар мамандарының, дәрігерлердің талабы. Ең бастысы, кәмелетке жасы толмаған балалардың электронды поштасына енуге ата-анасының мүмкіндігі болуға тиіс. Ол ең бірінші, сол баланың қауіпсіздігі, бақытты болашағы үшін қажет. Әсіресе, балалар он төрт жасқа толғанында өз-өзімен болып, оқшаулана бастағанында, ата-анасы олардың беймәлім адамдармен ғаламтор арқылы танысуына жол бермеуге міндетті. Мамандардың ақыл-кеңесіне құлақ ассақ, ғаламтор балаларға қауіпсіз болсын десек, оны үнемі жаңа бағдарламалармен жабдықтап, спамфилтр орнатуымыз, қауіпсіздік туралы ақпараттарды біліп отыруымыз керек. Балаларының ғаламтордағы компьютерлік ойындарға тәуелділігін тексеріп, сол бойынша тиісті шаралар қолданып отыру – ата-аналар парызы.

#### **Компьютерде дұрыс жұмыс жасау ережелері**

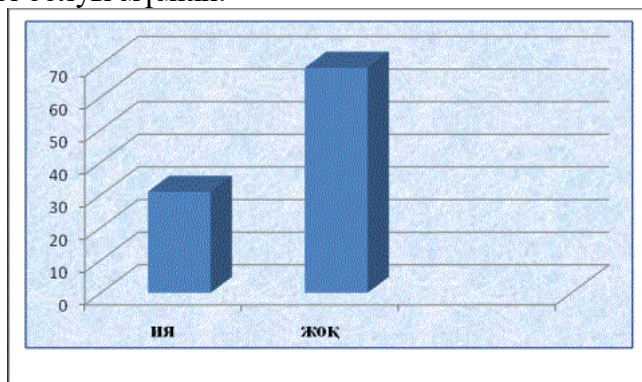
Бөлмеде, компьютермен жұмыс істеу үшін арнайы табиғи, жасанды жарық болуы керек. Үй жайда күнделікті дымқыл тазалық жүргізілуі керек.

Жұмыс орны міндетті түрде кем дегенде 6 м<sup>2</sup>, ал көлемі 20 м<sup>3</sup> құрау керек. Столды терезенің жанына қою керек, өйткені жарық сол жақтан түседі. Компьютермен жұмыс үшін жақсы жарық жайылған тікелей емес жарық, яғни экранға шағылыспауы керек.

Қолданушының көру кеңістігінде ашық өткір жарықтар түспеуі керек, сол үшін терезеге перде әлде жалюзимен жабылуы қажет. Жасанды жарықта жалпы және біркелкі болуы керек, бірақта жалғыз стол шамын қолдану жеткіліксіз.

Жұмыс орнын дұрыс ұйымдастыру-бұл тек болатын аурулардың алғашқы алдын алу. Компьютермен жұмыс істегенде

денсаулыққа зиян келтірмеу үшін, оның үрдісінде үнемі дене қалпына қарау керек. Дене бітімін дұрыс ұстау бұлшық етті көбірек қимылдату және көп жұмыс істеуге болады. Аз шаршайды. Дұрыс дене бітімін ұстағанда құлақ тура иық жазықтығында орналасады, ал иық жамбас деп саналады. Басты тура иық бойынша ұстау керек. Сіз төмен қараған кезде бас алдыға еңкеймеуі керек. Қисық (бүкіреюу) жағдайы, яғни иық сызығы дәл жамбаспен және құлақ сызығымен орналаспаса иық сіңірлері мен иық бұлшық еттеріне бірталай күш түседі. Бұндай жағдайдағы ұзақ уақытты жұмыс ауру себебі болуы мүмкін.

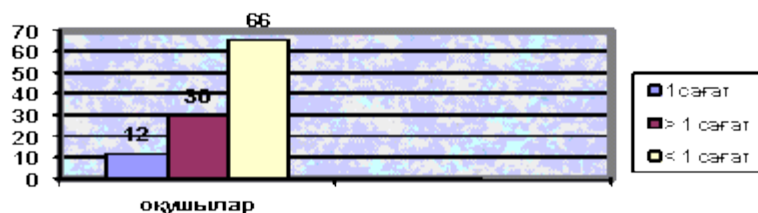


Өкінішті, мен келесі «Арнайы компьютерлік столыңыз бар ма?» деген сұрақ қойып мынадай нәтиже алдым: көпшілігінде арнайы столдар мен орындықтары жоқ, яғни адамның бұлшық еті мен арқасының әр түрлі қисайуына әкелуі мүмкін.

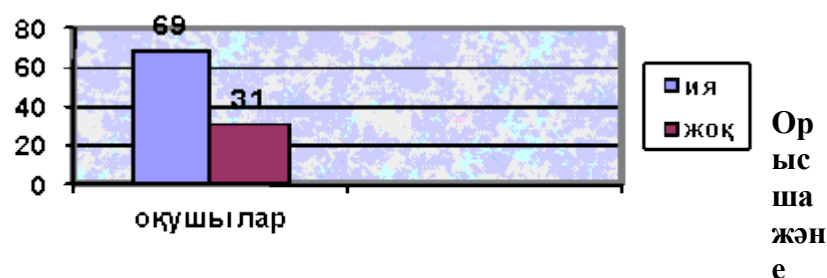
Қанша уақыт оқушы, мұғалім және басқалар компьютерде өткізеді? Мамандармен белгіленген уақыты сақтала ма? Келесі нәтиже мені көңілдендіреді, негізгі (57%) компьютермен бір сағаттан аз (тек қана сабақта) айналысады және компьютермен жұмыс

нор  
мас  
ын  
жақс  
ы  
біле  
ді  
(65  
%).

### Компьютер алдында неше сағат отырасыз?



## Компьютермен жұмыс істеу нормаларын білісіз бе?



ағылшынша терминдер арасындағы сәйкестікті орнатыңыз

Браузер	e-mail
Домен	browser
Хабарламалар тақтасы	domain
Сеанс	gateway Желі
BBS	
Электронды пошта	session
Шлюз	network





1.«Сұрақ – жауап» әдісі арқылы оқушыларға сұрақ беріледі және олар топ болып пікірталас тудырып, өз ойларын айтады.

«Сіз қалай ойлайсыз не себепті интернетті пайдалану барысында бөгде жұмыстың көшірмесін алу неліктен заңды емес?» талқылау

2. Сөз тіркестерін телекоммуникациялық технологиямен байланыстырып, толтырыңыз:

1. ... желі;
2. ... мекенжай;
3. электрондық ...;
4. желі...;
5. ...- сервер;
6. ...жәшік

**Сыныпқа арналған сауалнама сұрақ**

	<div>кесте 1</div> <table> <tr> <th>р/с</th><th>сұрақтар</th><th>жауабы</th></tr> <tr> <td>1</td><td>Компьютерде жұмыс істеу мүмкіндіктерің бар ма?</td><td></td></tr> <tr> <td>2</td><td>Компьютерлік клубтарға жиі барасыз ба?</td><td></td></tr> <tr> <td>3</td><td>Бір күнде қанша сағат компьютердің алдында отырсыз?</td><td></td></tr> <tr> <td>4</td><td>Компьютерде немен айналысасыз?</td><td></td></tr> <tr> <td>5</td><td>Компьютерде жұмыс істеуді басқа жұмыстармен ұштастырасыңдар ма?</td><td></td></tr> <tr> <td>6</td><td>Компьютерде жұмыс жасауда қанша уақыт аралығында үзіліс жасайсыңдар?</td><td></td></tr> <tr> <td>7</td><td>Үйіңізде компьютер бар ма?</td><td></td></tr> <tr> <td>8</td><td>Арнаулы компьютер үстөліңіз бар ма?</td><td></td></tr> <tr> <td>9</td><td>Арнаулы компьютер орындығыңыз бар ма?</td><td></td></tr> <tr> <td>10</td><td>Жарық саулелері компьютерге қай жақтан түседі?</td><td></td></tr> <tr> <td>11</td><td>Компьютерде жұмыс істеген кезде көзіңіздің, басыңыздың ауырғаны байқала ма?</td><td></td></tr> </table>	р/с	сұрақтар	жауабы	1	Компьютерде жұмыс істеу мүмкіндіктерің бар ма?		2	Компьютерлік клубтарға жиі барасыз ба?		3	Бір күнде қанша сағат компьютердің алдында отырсыз?		4	Компьютерде немен айналысасыз?		5	Компьютерде жұмыс істеуді басқа жұмыстармен ұштастырасыңдар ма?		6	Компьютерде жұмыс жасауда қанша уақыт аралығында үзіліс жасайсыңдар?		7	Үйіңізде компьютер бар ма?		8	Арнаулы компьютер үстөліңіз бар ма?		9	Арнаулы компьютер орындығыңыз бар ма?		10	Жарық саулелері компьютерге қай жақтан түседі?		11	Компьютерде жұмыс істеген кезде көзіңіздің, басыңыздың ауырғаны байқала ма?		
р/с	сұрақтар	жауабы																																				
1	Компьютерде жұмыс істеу мүмкіндіктерің бар ма?																																					
2	Компьютерлік клубтарға жиі барасыз ба?																																					
3	Бір күнде қанша сағат компьютердің алдында отырсыз?																																					
4	Компьютерде немен айналысасыз?																																					
5	Компьютерде жұмыс істеуді басқа жұмыстармен ұштастырасыңдар ма?																																					
6	Компьютерде жұмыс жасауда қанша уақыт аралығында үзіліс жасайсыңдар?																																					
7	Үйіңізде компьютер бар ма?																																					
8	Арнаулы компьютер үстөліңіз бар ма?																																					
9	Арнаулы компьютер орындығыңыз бар ма?																																					
10	Жарық саулелері компьютерге қай жақтан түседі?																																					
11	Компьютерде жұмыс істеген кезде көзіңіздің, басыңыздың ауырғаны байқала ма?																																					
<b>Сабақтың соңы</b> <b>2 минут</b>	<div> <b>Рефлексия</b>  Бүгінгі сабақта болған көңіл – күйді бас бармақ саалынған суреттер арқылы бағалау. <div>  <b>«Бас бармақ» тәсілі</b>  <div> Барлығын түсіндім ---  </div> <div> Енді түсініп келемін ---  </div> <div> Түсінбедім ---  </div> </div> </div>	<b>Смайликтер</b>																																				
<b>Дифференциация</b> – <b>оқушыларға көбірек қолдау көрсетуді қалай жоспарлайсыз?</b> <b>Қабілеті жоғары оқушыларға қандай тапсырмалар қоюды жоспарлап отырсыз?</b>	Бағалау – оқушылардың материалды меңгеру деңгейін тексеру жоспарыңыз? Сөйлеу-речи-speeches	Пәнаралық байланыс Денсаулық және қауіпсіздік техникасының сақталуы  АКТ Құндылықтар мен байланыс (тәрбие)																																				
<b>Қолдау көрсету. Қабілеті жоғары оқушылар айтылған сөздер мен сөйлемдердің көпшілігін дұрыс қайталай</b>	<b>Оқушылар өздері жасаған бет-бейнелеріне қарап бір-біріне көңіл- күйлерін айтады. (қуанышты, көңілді, көңілсіз, ашулы)</b>	<b>Өнер, ана тілі сабағы Оқушыларды бір-біріне деген құрмет көрсетуіне тәрбиелеу.</b>																																				

алады.		
--------	--	--